

# Tem filhos com menos de 5 anos? Está grávida ou a amamentar?

## O WIC OFERECE ÀS FAMÍLIAS

- Consultas personalizadas de nutrição
- Cheques para alimentos saudáveis gratuitos
- Sugestões sobre como comer bem para melhorar a saúde
- Recomendações sobre assistência médica e dentária, seguros de saúde, cuidados com crianças, subsídios de alojamento e combustível e outros serviços de que toda a família pode beneficiar

Consulte estas normas para saber se o WIC é o programa indicado para a sua família.

N.º DE PESSOAS EM SUA CASA	ANUALMENTE	MENSALMENTE	SEMANALMENTE
1	\$18,130	\$1,511	\$349
2	24,420	2,035	470
3	30,710	2,560	591
4	37,000	3,084	712
5	43,290	3,608	833
6	49,580	4,132	954
7	55,870	4,656	1,075
8	62,160	5,180	1,196

*SE ESTIVER GRÁVIDA, CONTA POR DUAS PESSOAS.*

Saiba mais sobre o WIC.

Ligue para **1-800-942-1007**

ou visite o site da Internet [www.mass.gov/wic](http://www.mass.gov/wic)



Programa de Nutrição WIC  
Divisão de Nutrição Departamento de Saúde Pública do MA  
TDD/TTY: 617-624-5992

ALIMENTOS SAUDÁVEIS  
e  
MUITO MAIS